

بیمار عزیز :

سیروز بیماری مزمنی است که با جایگزینی فیروز به جای بافت طبیعی کبد و در نتیجه به هم خوردن ساختار و عملکرد کبد مشخص می‌شود. از مهمترین علل سیروز می‌توان به هپاتیت B و C مزمن، هپاتیت خود ایمن، بیماری ویلسون، انسداد طولانی مدت مجاری صفراوی، اختلال در مسیر خروجی خون از کبد، افزایش آهن در کبد، بعضی از انواع بیماری‌های قلبی، واکنش شدید نسبت به برخی داروها و سموم مثل متوتروکسات، آمیو دارون و سمومی چون حشره‌کش‌ها، شیسستو زومیا (نوعی عفونت انگلی)، سوء تغذیه، علل ارثی و مصرف بیش از حد مشروبات الکلی اشاره کرد.

علائم بالینی: علائم سیروز در مراحل اولیه معمولاً خستگی، ضعف، بی‌اشتهایی، تهوع، کاهش وزن، بزرگ شدن عروق خونی به شکل عنکبوت در زیر پوست، ریزش مو، بزرگ شدن سینه در آقایان، تجمع مایع در شکم و پاها، کاهش میل جنسی و کاهش توانایی جنسی در آقایان، استشمام بوی نامطبوع در تنفس، اسهال چرب، بروز لکه‌های خون مردگی در پوست، خارش و استفراغ خونی می‌باشد.

درمان:

دارو درمانی

پرهیز غذایی

پیوند کبد در مراحل پیشرفته

نکات آموزشی



توصیه به مصرف سبزیجات و میوه‌های تازه به اندازه دلخواه

توصیه به استفاده از انواع پروتئین‌های گیاهی، گوشت ماهی و مرغ به جای استفاده از پروتئین گوشت قرمز

از مصرف مشروبات الکلی پرهیز شود.

توصیه به مصرف ویتامین‌ها به خصوص د، ب

مصرف غذا در وعده‌های زیاد با حجم کم (به جای سه وعده غذایی شش وعده غذایی استفاده شود).

توصیه به مصرف رژیم غذایی سرشار از کالری و دارای مقادیر متوسط پروتئین

توصیه به محدودیت در مصرف نمک

سایر نکات آموزشی

توصیه به استفاده از مایعات جهت درمان یبوست

عدم استفاده از مسکن‌ها بدون دستور پزشک

توصیه به اینکه در صورت بروز علائم خونریزی

(خونمردگی، خونریزی از بینی یا لثه، وجود خون در مدفوع) به پزشک اطلاع داده شود.

از مسواک نرم جهت بهداشت دهان استفاده شود، در صورت نیاز از کمپرس سرد برای کاهش خونریزی استفاده شود، از غذاهای سرشار از ویتامین C (مرکبات، گوجه فرنگی، آناناس) استفاده شود.

هر روز در شکم با متر اندازه‌گیری و میزان وزن ثبت شود. در صورت تغییر قابل توجه به پزشک اطلاع داده شود.

در صورت تجمع مایع در شکم و پاها، مصرف



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی

درمانی قزوین

مرکز آموزشی درمانی ولایت

سیروز کبدی

سیروز کبدی



دفتر پرستاری

واحد آموزش

راهنمای آموزش بیماران

لیوان

▼ شام (خوراک گوشت) : نان ۳ برش ، گوشت

لخت ۶۰ گرم ، هویج پخته نصف لیوان ، روغن مایع ۱

قاشق غذاخوری**

▼ پیش از خواب : میوه ۱ واحد

* حداکثر ۳ زرده در هفته

** کل روغن دریافتی روزانه ۴ تا ۵ واحد معادل ۲۰-

۲۵ گرم چربی است .

با آرزوی سلامتی و بهبودی

نمک و مایعات محدود شود و به پزشک اطلاع داده شود.

○ جهت فعالیت تا قبل از ایجاد خستگی هیچ محدودیتی وجود ندارد اما در صورت بروز تب ، خونریزی ، تجمع مایع در شکم و پاها باید با نظر پزشک فعالیت انجام شود.

○ از آنجایی که دفع بسیاری از داروها از راه کبد صورت می گیرد ، توصیه می شود که از مصرف خودسرانه داروها اجتناب شود .

نمونه رژیم غذایی در سیروز کبدی (رژیم

۴۰۰ گرم چربی)

▼ صبحانه : نان ۳ برش ، شیر بدون چربی ۱ لیوان ، تخم مرغ عسلی ۱ عدد*

▼ میان وعده : میوه ۱ واحد

▼ ناهار (چلومرغ) : برنج ۱۰-۱۵ قاشق غذاخوری ، سینه مرغ بدون پوست ۱۲۰ گرم ، سالاد کاهو خیار و گوجه فرنگی یک کاسه سالادی ، آبلیمو یا سرکه در حد دلخواه و روغن مایع ۱ قاشق غذاخوری**

▼ میان وعده : میوه ۱ واحد ، شیر بدون چربی ۱